

Meiraap



De meiraap, ook wel knolraap of meiknolletje genoemd, is een bolvormige paars-roze-witte knol ter grootte van een biet. Deze raap groeit onder de grond. De meiraap is een echte lentegroente, vandaar ook deze naam. Hij wordt vaak verward met koolraap en koolrabi maar dit zijn toch echt andere groenten.

Recept

Bewaren

Bewaar de meiraap op een koele plek. Bij 0-4 graden blijven ze wel drie tot vijf maanden goed. Ook kun je ze lang in de koelkast bewaren, bij voorkeur in een (plastic) zak. Je kunt de meiraap ook invriezen; schil en was ze dan eerst en snijd ze in blokjes. Blancheer de blokjes 2 minuten en laat ze afkoelen in ijswater. Nadat je ze hebt laten uitlekken, kun je ze in een afgesloten zak invriezen.

Bereiden

Meirapen kun je het beste even schillen en in plakjes of blokjes snijden voor je het verder gaat verwerken in een gerecht. Meirapen zijn ideaal in een (gebonden) soep met wat geraspte kaas en courgette erover of als toevoeging aan een stevige groentesoep. Er zijn ook vele andere recepten met meiraap te verzinnen. Deze knol is ook heerlijk om in een voorjaarstampotje te verwerken met wat aardappels en raapstelen. Of in een stoofschotel met prei, rozemarijn en 30+ kaas. Je kunt ze ook roerbakken met paprika, courgette en ui of smoren in olie en bieslook met aardappels en vlees.

Bewaartijden

Koelkast: 1-2 weken

Meiraap schoonmaken Verwijder voor het schoonmaken van de meiraap eventueel eerst het loof (raapstelen). Dit loof kun je overigens gewoon eten, maar ze hebben een wat kortere bereidingstijd dan de rapen zelf. Was de meiraap voor gebruik en snijd een plakje van de onder- en bovenkant.

<https://www.veggipedia.nl/groentenenfruit/meiraap/bereiden-en-bewaren>